

I.P.S.I.A. SIDERNO	PROGRAMMA CONSUNTIVO	A.S. 2017/18
-------------------------------	-----------------------------	-------------------------

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Classe 1^a D

Docente: Miranda De Agostino

1° MODULO: Sport e salute

- ✓ Concetto di salute.
- ✓ Attività sportiva: una risorsa per la salute.
- ✓ L'impalcatura del corpo umano.
- ✓ Di che cosa è fatto lo scheletro.
- ✓ La struttura dello scheletro.
- ✓ Paramorfismi e dismorfismi dell'apparato scheletrico.
- ✓ Le articolazioni.
- ✓ Alterazioni e traumi nell'apparato scheletrico e articolare.

2° MODULO: Attività motorie

- ✓ Esercizi in forma blanda per sviluppare le capacità coordinative e condizionali.
- ✓ Esercizi a coppie e per gruppi.
- ✓ Esercitazioni socio-motorie pre-sportive.

3° MODULO: Gioco-sport

- ✓ Attività di gioco-sport.
- ✓ Regolamenti in gioco e in aula.
- ✓ Arbitraggi guidati ed autogestiti.